

Omalovánky pro děti



3
26
obrázky

ZDARMA

Zeleninové
šťávy
vzorek

Obsahuje

- zajímavosti o zelenině
- benefity šťáv pro zdraví dětí



zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ

nekomerční stránky o přirozeném zdraví



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ



Ahoj děti!

Tyto omalovánky jsou plné zábavných obrázků, které můžete krásně vybarvit!

Vítejte v kouzelném světě omalovánek!

Tady na vás čeká spousta obrázků, které jen čekají na to, až jim dáte barvy.

Můžete použít pastelky, fixy nebo barvičky – jak jen budete chtít! 😊

Kromě vybarvování se taky dozvíte spoustu zajímavých věcí o zdraví a o tom, jak se o sebe hezky starat.

Ale hlavně – je to vaše zábava, tak se bavte a nechte svou fantazii létat!

Tak na co čekáte? Pusťte se do toho a udělejte svět barevnější! 🌈 🎨

Mějte radost z vybarvování a užijte si spoustu legrace! 🌸 🎨

Samostatně neprodejné.

Omalovánky pro děti



26
obrázků

Ovocné šťávy

- Obsahuje
- návod na výrobu šťávy
 - zajímavosti o ovoci
 - benefity šťáv pro zdraví dětí



Omalovánky pro děti



26
obrázků

Zeleninové šťávy

- Obsahuje
- návod na výrobu šťávy
 - zajímavosti o zelenině
 - benefity šťáv pro zdraví dětí



Omalovánky pro děti

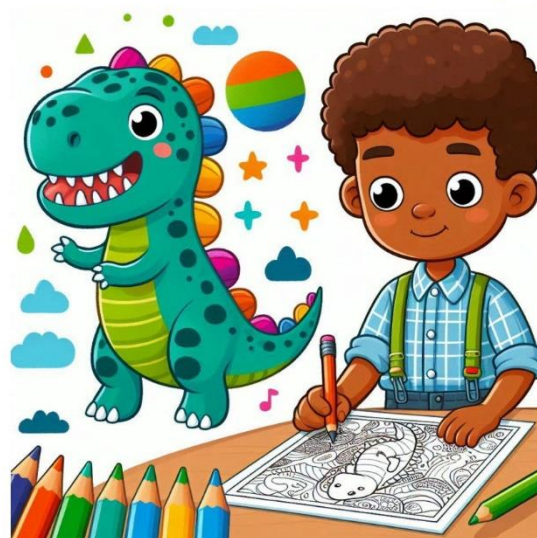


Dinosauři 1

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosauři 2

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosaurů
3

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosaurů
4

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosaurů
5

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosaurů
6

25
obrázků



Omalovánky pro děti



Dinosaurů

7

25
obrázků

 [zdravi na dlani.cz](http://zdravi.na.dlani.cz)
WEB O ZDRAVÍ **V.I.P.**

**Jak získám přístup
k dalším omalovánkám?**

**To se dozvíte
na konci tohoto sešitku.**

 [zdravi na dlani.cz](http://zdravi.na.dlani.cz)
WEB O ZDRAVÍ **V.I.P.**

Omalovánky pro Tebe

Ahoj kamarádi! 🌈

Víte, proč je vybarvování omalovánek tak super?

Možná se to nezdá, ale když berete pastelky a dáváte barvy na papír,
vaše hlavička a srdíčko pracují a učí se spoustu nových věcí!

A to je vážně paráda! 😊 🎨



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ



**Náš šikovný kreslíř schoval do každého obrázku malé překvapení
– několik rozdílů.**

**Při vybarvování se můžeš bavit také tím,
že budeš hledat rozdíly,
můžeš je zakroužkovat třeba červenou barvičkou.**



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.

Karotka, mrkvička, karotková šťáva, mrkvičková šťáva

Zajímavosti

Už jsi někdy jedl/a mrkvičku? Je to krásně oranžová zelenina, která je sladká a moc dobrá.

- **Oranžová krasavice** – Mrkvička je známá svým jasně oranžovým zbarvením. Vypadá jako taková oranžová tyčka, kterou můžeš křoupat jen tak, nebo ji uvařit. Ale víš, že existují i mrkvičky, které jsou fialové, žluté nebo bílé? Oranžová je ale nejčastější a taky asi nejchutnější!
- **Roste v zemi** – Mrkvička roste pod zemí! Je to kořen, který se musí vykopat, aby se dal jíst. Když vytáhneš mrkvičku z hlíny, vidíš, že má nahoře zelené lístky. Ty pomáhají mrkvičce růst.
- **Sladká šťáva** – Když si uděláš šťávu z mrkvičky, je krásně sladká a osvěžující. Mrkvičková šťáva je skvělá, protože ti dodá spoustu energie a vitamínů. Můžeš ji vypít samotnou, nebo ji smíchat s jinou šťávou, třeba s jablečnou.

Výhody pro tvé zdraví

- Mrkvička a mrkvičková šťáva nejsou jen moc dobré, ale také hodně zdravé! Pomáhají tvému tělu být silné a zdravé.
- **Dodává ti energii** – Když si dáš skleničku mrkvičkové šťávy, tvoje tělo dostane spoustu energie. Budeš mít sílu hrát si, běhat a skákat celý den!
- **Plná vitamínů** – Mrkvička je plná vitamínů, hlavně vitamínu A, který ti pomáhá lépe vidět. Když jíš mrkvičku, tvoje oči budou zdravé a budeš moci pozorovat všechno kolem sebe.
- **Zdravé břicho** – Mrkvička obsahuje hodně vlákniny, která je dobrá pro tvoje břicho. Pomáhá ti dobře trávit jídlo, takže se budeš cítit spokojeně a tvoje břicho tě nebude bolet.
- **Silné kosti a zoubky** – Mrkvička má v sobě látky, které ti pomáhají mít silné kosti a zdravé zoubky. To je důležité, abys mohl/a růst a pořád si hrát bez obav!



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.

Červená řepa, šťáva z červené řepy

Zajímavosti

Už jsi někdy viděl/a červenou řepu? Je to kulatá zelenina, která je na povrchu hnědá nebo tmavě fialová, ale uvnitř má nádherně červenou barvu!

- **Kulatá a červená** – Červená řepa vypadá jako malá koule, ale když ji rozkrojíš, uvidíš krásně sytou červenou barvu. Tato barva je tak silná, že když ji krájíš, může ti obarvit prsty! Ale neboj, barva se po chvíli smyje.
- **Roste pod zemí** – Stejně jako mrkvička, i červená řepa roste pod zemí. Když ji chceš sklídit, musíš ji vytáhnout ven za její zelené lístky, které vykukují nad povrch.
- **Sladká a trošku zemitá chuť** – Červená řepa chutná trochu sladce, ale má i takovou zvláštní chuť, která připomíná zeminu. Když si ji dáš, zjistíš, že je to velmi zajímavé a osvěžující.

Výhody pro tvé zdraví

Červená řepa a šťáva z červené řepy nejsou jen zajímavé, ale také hodně zdravé! Pomáhají tvému tělu být silné a zdravé.

- **Dodává ti energii** – Když si dáš skleničku šťávy z červené řepy, tvoje tělo dostane spoustu energie. Budeš mít sílu běhat, skákat a hrát si celý den!
- **Plná vitamínů a minerálů** – Červená řepa je plná důležitých látek, jako jsou vitamíny a minerály. Obsahuje vitamín C, který tě chrání před nemocemi, a taky železo, které pomáhá tvému tělu být silné.
- **Zdravé srdíčko** – Červená řepa je moc dobrá pro tvoje srdíčko. Pomáhá udržovat krev čistou a dává tvému srdci sílu, aby dobře pumpovalo krev do celého těla.
- **Zdravé břicho** – Červená řepa má vlákninu, která je dobrá pro tvoje břicho. Pomáhá ti lépe trávit jídlo, takže tě nebude bolet břicho a budeš se cítit spokojeně.



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.

Řapíkatý celer, šťáva z řapíkatého celeru

Zajímavosti

Možná už jsi někdy viděl/a dlouhé, zelené stonky, které vypadají trochu jako tlusté zelené tyčky. To je řapíkatý celer!

- **Dlouhé zelené tyčky** – Řapíkatý celer vypadá jako dlouhé, silné stonky, které jsou svěže zelené. Tyto stonky jsou křupavé a když do nich kousneš, slyšíš takové legrační „křup“. Můžeš ho jíst samotný, ale taky si ho můžeš přidat do salátu nebo šťávy.
- **Křupavý a osvěžující** – Když si dáš řapíkatý celer, zjistíš, že je trochu šťavnatý, křupavý a osvěžující. Jeho chuť je jemná, trošku zemitá a někdy malinko slaná. Je skvělý na letní svačinku!
- **Roste na poli** – Řapíkatý celer roste na poli, kde má dostatek vody a sluníčka. Nejsou to malé rostliny, ale vypadají jako svazky dlouhých zelených stonků, které se sbírají, když jsou krásně svěží.

Výhody pro tvé zdraví

Řapíkatý celer a šťáva z něj jsou moc zdravé! Pomáhají tvému tělu být silné, zdravé a plné energie.

- **Dodává ti energii** – Když si dáš skleničku šťávy z celeru, tvoje tělo dostane spoustu energie. Budeš mít sílu běhat, hrát si a skákat celý den! Je to jako super nápoj, který tě osvěží.
- **Plný vitamínů** – Řapíkatý celer je plný vitamínů a minerálů, které tvé tělo potřebuje. Obsahuje hodně vitamínu K, který je dobrý pro tvoje kosti a zoubky, a také vitamín C, který ti pomáhá být zdravý/á.
- **Zdravé břicho** – Celer obsahuje hodně vlákniny, která je skvělá pro tvoje břicho. Pomáhá ti dobře trávit jídlo, takže tě nebude bolet břicho a budeš se cítit spokojeně.
- **Zdravé srdíčko** – Šťáva z celeru je moc dobrá pro tvoje srdíčko. Pomáhá ho udržovat zdravé a silné, takže ti bude dobře pumpovat krev a dávat ti spoustu energie.



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ



VIP klub Zdraví na dlani

Zatímco dospělí se v **VIP klubu Zdraví na dlani** mohou naučit o různých relaxačních a antistresových technikách, nezapomněli jsme ani na vás! 🎨

V našem **VIP klubu Zdraví na dlani** jsme připravili spoustu úžasných omalovánek, které jsou jen pro vás.

Najdete tam obrázky, které čekají na to, až je vybarvíte.

Můžete si také vybrat mezi dinosaury, kočičkami, pejsky, vláčky, letadly, auty, traktory nebo vrtulníky.

A to není všechno – naši kreslíři připravují mnoho dalších zábavných omalovánek,

které vám udělají radost! 🦖 🚗 ✈️

Ve **VIP klubu Zdraví na dlani** si na své přijdou i dospělí! Můžou se tam naučit různé techniky, jak se lépe uvolnit a najít klid. Najdou tam Recepty na ovocné šťávy, na čerstvě vylisované domácí oleje, návody, jak poslouchat zvuky přírody, cvičit nebo jak pečovat o své zdraví, aby se cítili šťastně a v pohodě.

VIP klub Zdraví na dlani je skvělým místem,
kde se dospělí dozví, jak si udržet zdraví a pohodu každý den.

Takže, zatímco si dospělí odpočívají nebo se učí nové věci,
vy si můžete užít malování svých omalovánek z **VIP klubu Zdraví na dlani**.

Popadněte pastelky, vyberte si svůj oblíbený obrázek
a nechte svou fantazii tvořit nádherné barevné světy! 🌈

Vybarvování je nejen zábava,
ale i skvělý způsob, jak si odpočinout
a cítit se fajn.



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ



V.I.P. klub Zdraví na dlani představuje jedinečný a komplexní zdroj informací pro všechny, kdo hledají zdravější a plnější život.

Tento exkluzivní online prostor nabízí širokou škálu témat, která pokrývají celé spektrum zdraví a osobního rozvoje.

V.I.P. klub Zdraví na dlani

- seriál 100 článků o nemocech
"Cesta k uzdravení aneb Vítězství nad nemocí",
který napsal MUDr Vojkůvka.

- "Audio seriál Rady ze zdraví na dlani"

- seriál 44 článků "Surová strava"

- seriál článků "Recepty pro zdraví"

- série článků "Oleje a jejich výroba"

- **Audioknihy:** přes 700 hodin poslechu audioknih,
témata: léčba těla, léčba duše a pro děti"

od výživové poradkyně Kristýny „Kiki“ Kočičkové:

- seriál 60 článků "Svět čerstvých šťáv"

- seriál 40 článků "Detoxikace"

- Články od Dáši, vaší průvodkyně na cestě k sobě:

- seriál článků "Péče o tělo"

- seriál 45 dílů "Relaxační a antistresové techniky"

- článek "Meditativní kreslení mandal"

- "Antistresové omalovánky mandal" ve formátu
PDF – celkem 1425 mandal k vybarvování

- **Infokarty o zdraví,** přes 200 kartiček, které jsou
připomínkou základních pilířů zdravé výživy.

- **Přednášky monsignora Josefa Kavaleho**

- "Historie bible" a "Skutky svatých apoštolů"

- **Výukové programy s Monikou:**

Projekce duše na fyzické hmotné tělo - 12 lekcí,

Energetičtí upíři - 6 lekcí,

Tajemství čísel a Numerologie – 6 lekcí...

- a další zajímavá témata



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ



Dáša, vaše průvodkyně na cestě k sobě, vás zve do světa meditativního kreslení mandal, které slouží jako nástroj k nalezení vnitřní harmonie a hluboké relaxace. V jejím článku "Meditativní kreslení mandal" objevíte fascinující spojení umění a duchovní praxe, které má hluboký dopad na naše duševní a fyzické zdraví.

Mandaly a meditativní kreslení mandal

Článek vás seznámí s historií mandal, starodávných symbolů, které jsou používány v různých kulturách pro meditaci a osobní růst. Dáša vysvětluje, jak mandaly prospívají našemu duševnímu zdraví tím, že podporují klid mysli a pomáhají nám lépe se vyrovnat s každodenním stresem a úzkostmi.

Zvláštní důraz je kladen na význam barev a tvarů v mandalách, které ovlivňují náš emoční stav a napomáhají k sebepoznání a osobnímu rozvoji. Kreslení mandal je prezentováno jako terapeutická činnost, která nabízí únik před ruchem moderního světa a umožňuje uživatelům zakusit momenty ticha a pokoje.

K článku jsme připravili 57 knížek Antistresových omalovánek – Mandaly ve formátu PDF. Každá knížka obsahuje 25 obrázků mandal. Témata: auta - 9 knížek, postavičky - 14 knížek, květinové vzory - 14 knížek, Minecraft - 20 knížek. Každá nabízí unikátní a uklidňující zážitek z kolorování.

Připojte se k Dáše a objevte, jak může být kreslení mandal cenným doplňkem vašeho hledání klidu a seberealizace. Umožněte si prožít tuto kreativní cestu k hlubšímu sebepoznání a zklidnění mysli.



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





<https://www.zdravinadlani.cz>



<https://www.zdravinadlani.cz/eshop>



**Jak získám přístup k dalším omalovánkám
a ke spoustě dalších zajímavých materiálů o zdraví?**

1. Prvním způsobem je zakoupit si přístup do VIP klubu Zdraví na dlani:

<https://www.zdravinadlani.cz/eshop/57-vip-klub>

**2. Druhým způsobem je zakoupit si v e-shopu Zdraví na dlani přístroj,
ke kterému dáváme přístup do VIP klubu zdarma:**

https://www.zdravinadlani.cz/eshop/buscar?controller=search&orderby=position&orderway=desc&search_query=vip&submit_search=&p=2



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ





Vylisované pro vaše zdraví,
přírodní oleje plné chuti a energie

**Yoda - domácí lis na
výrobu panenských olejů**



Čistý, čerstvý a plný života,
čerstvý olej pro vaši rodinu



e-shop.ZdraviNaDlani.cz



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.



Ovocný ráj v každém doušku,
zeleninový zázrak v každém poháru

Nejkvalitnější šnekové odšťavovače



Zelenina a ovoce v lahodné šťávě,
domácí cesta k zářícímu zdraví



e-shop.Zdravi na dlani.cz



zdraví na dlani.cz
WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.



Čistá voda, čistý start,
základ zdraví pro vaši rodinu

Destilační přístroje s dlouhou životností



Proč se usazovat s průměrem?
Destilujte pro výjimečnou čistotu vody



[e-shop.Zdravi na dlani.cz](http://e-shop.Zdravi-na-dlani.cz)



zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.



Silné mixéry pro dokonalé mixování,
kvalita, která promění vaši kuchyni

Nejkvalitnější výkonné mixéry



Vytvořte dokonalé pokrmy
s našimi a dokonalými mixéry



e-shop.Zdravi na dlani.cz



zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.

spozor:



Zdraví na dlani.cz

<https://www.zdravinadlani.cz/eshop>



zdraví na dlani.cz

WEB O ZDRAVÍ

V.I.P.